



**AIDES ET RESSOURCES POUR
LES AIDANTS FAMILIAUX**

DE PERSONNES ÂGÉES EN PERTE D'AUTONOMIE

- PYRÉNÉES-ORIENTALES (66) -

EDITION 2026 - V4

Les aidants familiaux de personnes âgées

Un proche aidant est une personne qui intervient à titre non professionnel pour aider et soutenir une personne de son entourage en perte d'autonomie de façon régulière dans les activités de la vie quotidienne. Leur rôle est crucial dans la vie de la personne âgée notamment dans le bien être à domicile. Cela entraîne des répercussions dans leur propre vie et il est donc essentiel de les accompagner en leur communiquant des informations utiles notamment les solutions de répit.





SOMMAIRE

- Structures et lieux d'informations p.3
- Formations, échanges et partages p.5
- Relais et aide à domicile p.6
- Séjours vacances répit p.9
- À l'extérieur du domicile p.10
- Aides financières p.12

Structures et lieux d'informations

Besoin d'informations sur les démarches administratives, des renseignements sur les aides existantes, des services spécialisés ou simplement d'un accompagnement spécifique ? Contactez :

Les Maisons Sociales de Proximité (MSP)

dépendantes du Département, comptent des assistantes sociales et des équipes APA qui s'occupent principalement des prestations financières et des actions sociales.

MSP Perpignan Sud

32 rue Maréchal Foch - Tel : 04 68 86 69 00

MSP Perpignan Nord

64 av Joffre - Tel : 04 68 08 38 00

MSP Cerdagne-Capcir

28 avenue d'Espagne - 66120 Font Romeu - Tel : 04 68 30 19 58

MSP Conflent

32 avenue Pasteur - 66500 Prades - Tel : 04 68 96 68 00

MSP Aspres-Ribéral

19 avenue Amiral Nabona - 66300 Thuir - Tel : 04 68 53 69 55

MSP Vallée de l'Agly

74 rue Émile Zola - 66000 Rivesaltes - Tel : 04 68 64 26 29

MSP Vallespir

25 rue François Mitterrand - 66400 Céret - Tel : 04 68 87 50 80

MSP Côte Vermeille

213, Av Charlemagne - 66700 Argelès sur Mer - Tel : 04 68 95 35 10

Les Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS)

présents dans toutes les communes de plus de 1500 habitants. Certains ont un Service d'Aide et d'Accompagnement à Domicile (SAAD) qui peut intervenir dans de nombreuses missions telles que le portage des repas par exemple. Se rapprocher de sa commune.

Les Centres Locaux d'Information et de Coordination (CLIC)

destinés aux personnes âgées et leurs proches aidants. Lieux d'accueil, d'accompagnement, d'écoute et d'orientation des personnes âgées de plus de 60ans ainsi que de leur entourage ou des professionnels du médico-social.


CLIC de Perpignan  32 rue Maréchal Foch  04 68 86 69 07
clicperpignan@cd66.fr

CLIC de la vallée du Tech  Av Charlemagne - ARGELES
 04 68 87 57 30 - clictech@cd66.fr

Les Plateformes de répit et d'accompagnement des aidants familiaux


proposent des entretiens gratuits d'orientation, d'informations et de conseils. Elles organisent également des rencontres, ateliers et actions en faveur des aidants familiaux.

Plateforme du Grand Platane à Perpignan  10 rue Vincent d'Indy
 04 68 52 22 22 contact@pole-alzheimer.fr


Plateforme du Centre Hospitalier de Prades « Entr'Aide »  Route de Catllar
 04 68 97 78 38 - sabine.plennevaux@hopital-prades.fr

Le Dispositif d'Appui à la Coordination (DAC 66)

Equipe pluridisciplinaire de professionnels spécialisés dans l'appui aux parcours de santé complexes quel que soit l'âge, la pathologie ou la situation de handicap. Le DAC s'adresse aux professionnels et aux usagers, ainsi que leurs aidants. Il intervient en subsidiarité en s'appuyant sur les ressources existantes sur le territoire.

 04 48 07 06 60 - contact@dac66.fr

L'Union Départementale des Associations Familiales (UDAF 66)

Le Point Info Famille est un lieu d'écoute et d'information et d'orientation sur les droits et les démarches administratives.  04 68 51 86 36 - mplf@udaf66.fr

Le Service Info et Soutien aux Tuteurs Familiaux vous informe et vous conseille sur toutes les questions relatives à la tutelle ou la curatelle d'un proche.

 04 68 64 73 91 - istf@udaf66.fr  31 avenue Maréchal Joffre à Perpignan

Formations, échanges et partages

Un aidant se retrouve à s'occuper de son proche sans savoir comment s'y prendre dans les différentes tâches. Des formations existent, ainsi que des lieux d'échange avec d'autres aidants :

La Formation des aidants familiaux de France Alzheimer

France Alzheimer PO propose régulièrement une formation gratuite en présentiel de 14h aux proches aidants de personnes atteintes d'une maladie neuro-évolutive en divers endroits du département. (sans obligation d'adhésion)

📍 13 avenue du Palais des Expositions 📞 04 68 52 22 22 - contact@pole-alzheimer.fr

La Formation des aidants familiaux du CMT

Le Centre Mémoire Territorial propose des groupes de formation aux aidants. L'aidant pourra alors bénéficier de 7 séances pour apprendre à mieux connaître la maladie, le parcours de soins et les aides à disposition.

📍 Centre de Gérontologie du Roussillon 📞 04 68 85 72 34 - consultations.memoire@ch-perpignan.fr

Les ateliers "comprendre pour mieux agir"

L'Association Tutélaire 66 propose des cycles d'ateliers destinés aux aidants familiaux quelque soit la pathologie, en divers endroits du département.

📞 07 77 96 21 42 - m.rodriguez@at66.fr





Les actions de soutien du Pôle Alzheimer

Différentes actions sont organisées comme des groupes de parole, cafés mémoire pour aidants familiaux, Haltes Relais, sorties culturelles, rencontres conviviales ... permettant aux familles de sortir de leur isolement et créer des liens avec d'autres familles.

📍 Sur divers lieux du département, pour les connaître : ☎️ 04 68 52 22 22
contact@pole-alzheimer.fr 🌐 <https://www.pole-alzheimer.fr>

Les actions de soutien pour les aidants familiaux

De nombreuses actions sont proposées sur le département permettant aux aidants de garder un lien social, se ressourcer et rencontrer d'autres personnes partageant les mêmes difficultés.

France AVC 66 / Malakoff Humanis / Parkinson 66 / Équilibre 66 / S'unir pour mieux vous soutenir / Maison Sport Santé Perpignan / ...

Pour connaître les coordonnées, contacter le CLIC ou le CCAS de votre secteur


Relais et aide à domicile

Le rôle polyvalent de l'aidant ainsi que son implication émotionnelle peuvent donner lieu à des situations d'épuisement et d'isolement. Il est indispensable de prévenir cela et il existe plusieurs formes de répit possibles :

Le service de relayage "Temps libéré"

est une prestation gratuite, elle s'adresse à tout proche aidant dont la présence auprès de son proche est permanente et indispensable, ne bénéficiant pas d'autres solutions de répit. Un professionnel intervient sur des demi-journées tous les quinze jours sur un temps donné selon la situation.

PLATEFORME DE PERPIGNAN


 04 68 28 62 77 - contact@pole-alzheimer.fr

PLATEFORME DE PRADES

 04 68 97 78 38 - sabine.plennevaux@hopital-prades.fr

Le Centre de Ressources Territorial (CRT)



Le CRT Salanque Roussillon est un service de la Résidence Le Ruban d'Argent financé par l'Agence Régionale de Santé Occitanie. Ce dispositif a pour vocation de soutenir les personnes âgées dépendantes dans leur choix de vie : le maintien à domicile.

CRT Salanque Roussillon à PIA -  04 68 08 37 00 - crt@lerubandargent.fr

Le service du "Baluchonnage"

La suppléance à domicile ou « baluchonnage » permet aux aidants d'être remplacés par un relayeur de façon ponctuelle de jour comme de nuit.

L'ADMR propose ces services contre rémunération ce qui permet à l'aidant de bénéficier de 36h minimum de répit sous conditions.

 32 Avenue du Maréchal Joffre - ST ANDRÉ  04 68 89 32 60

Les services d'aide et d'accompagnement à domicile (SAAD)

et les services de soins infirmiers à domicile (SSIAD) peuvent intervenir dans différentes missions qui leur sont dédiées tels que le ménage, les courses, l'aide au lever et au coucher, la toilette ou la délivrance des médicaments. Pour avoir les coordonnées de l'organisme intervenant sur votre commune, contactez les "Structures et lieux d'informations" - p.3


Les équipes spécialisées Alzheimer (ESA)

peuvent intervenir à domicile sur prescription médicale pour « 15 séances de réhabilitation » par an. Une évaluation initiale est faite, puis les séances peuvent concerner la sécurisation des déplacements ou la planification des repas par exemple. Plusieurs ESA se partagent le département.

Pour avoir les coordonnées de l'ESA intervenant sur votre commune, contactez les "Structures et lieux d'informations" - p.3

L'équipe mobile psychiatrique du sujet âgé (EMPSA)

a pour spécificité l'évaluation et la prise en charge des troubles psycho-comportementaux des plus de 65 ans et dépend de l'Hôpital de Thuir.

 04 68 84 65 44 - empsa66@ch-thuir.fr


Les équipes mobiles de gériatrie

peuvent intervenir au domicile pour réaliser une évaluation gériatrique pluridisciplinaire à la demande du médecin traitant mais également proposer des solutions d'adaptation de l'environnement et ainsi anticiper des situations de crise.

Équipe mobile de l'Hôpital de Perpignan :

 04 68 61 67 21 - eh.emg@ch-perpignan.fr

Équipe Mobile Gériatrique de l'Hôpital de Prades :

 04 68 96 34 28 - emgprades@hopital-prades.fr


Équipe Mobile transfrontalière de Gériatrie et soins palliatifs du Pôle Cerdan :

 04 68 30 47 00 - emgsp@pole-sanitaire-cerdan.eu

Séjours vacances répit

Destinés aux aidés et aux aidants cela peut permettre de profiter ensemble dans un lieu différent ou d'un moment de répit pour l'aidant ou d'un moment de loisir pour l'aidé. Ces séjours sont proposés par de multiples organismes tels que l'Agence Nationale des Chèques Vacances (ANCV) ou France Alzheimer ou certaines caisses de retraite.

Informations sur tous ces dispositifs auprès des "Structures et lieux d'informations" - p.3

ou sur France Alzheimer :  <http://www.francealzheimer.org>

sur le site de l'ANCV :  <https://www.ancv.com/seniors-en-vacances-sev>

ou le portail CNSA :  <https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr>




A l'extérieur du domicile

L'accueil thérapeutique de jour

- **autonome** : ce sont des structures entièrement dédiées à l'accueil à la journée, des activités à visée thérapeutique et ateliers cognitifs, sont dispensés par une équipe pluridisciplinaire.
- **dans un EHPAD** : ce sont généralement des unités plus petites et qui s'adressent à des personnes âgées avec une perte d'autonomie plus importante.

Les personnes sont accueillies une ou plusieurs journées par semaine selon le besoin et l'envie de la personne âgée et sa famille.

Informations sur les accueils thérapeutiques de jour auprès des "Structures et lieux d'informations" - p.3

ou sur le site  <https://www.pole-alzheimer.fr>

ou le portail CNSA :  <https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr>



Plateformes d'information en ligne

soutenues notamment par le Département, plusieurs plateformes prenant la forme de site internet facilitent l'accès des personnes âgées et de leurs proches aux actions qui favorisent l'accès à l'information et le lien social à proximité de chez eux.



<https://ogenie.fr>



<https://maboussoleaidants.fr>

L'hébergement temporaire

peut aller de quelques jours à plusieurs mois et est organisé par des EHPAD ou des accueillants familiaux. Lorsque les aidants ont besoin de s'absenter ou de passer le relai c'est une solution adéquate mais également en vue d'un hébergement permanent cela peut être une transition intéressante.

L'accueil familial

est un dispositif géré par le Conseil Départemental qui donne les agréments aux familles et les suivent. Cet accueil peut être permanent ou temporaire, à temps complet ou à temps partiel voire séquentiel.

Département des P.O. - Unité Accueil Familial – Direction de l'Autonomie



04 68 85 86 78

L'hébergement permanent

est proposé par les EHPAD ou familles d'accueil, c'est une décision généralement difficile à prendre pour les aidants familiaux. Elle se présente à un certain stade du parcours à domicile, et devient parfois inévitable pour le bien être de la personne en perte d'autonomie et de sa famille.



Aides financières

L'allocation personnalisée d'autonomie (APA)

s'adresse aux personnes âgées de plus de 60 ans en perte d'autonomie et permet de financer de nombreuses aides à domicile mais également des solutions de répit ou encore l'aidant lui-même s'il est salarié de l'aidé. Elle est dispensée par le Conseil Départemental après avoir rempli le dossier auprès de ce dernier, à la MSP, CLIC, ou CCAS de sa commune.

L'allocation journalière du proche aidant (AJPA)

permet de rémunérer ce dernier dans le cadre d'un congé de proche aidant, il s'agit donc d'un revenu de remplacement. Elle est versée par les Caisses d'Allocations Familiales (CAF) et les caisses de Mutualités Sociales Agricoles (MSA) donc pour plus d'informations voir ces organismes.

L'allocation journalière du proche en fin de vie (AJAP)

dans le cadre du congé de solidarité familiale accordé lorsque la personne aidée est en phase avancée d'une pathologie grave et incurable. Elle permet de se substituer au salaire pendant la durée du congé et la demande se fait auprès du Centre National de gestion des demandes d'AJAP (08 06 06 10 09)

Il existe de multiples aides financières, techniques, fiscales, allocations sociales, dispositifs spécifiques à la fonction publique, que proposent les caisses de retraite et certaines complémentaires santé. Pour en savoir plus, il faut directement se renseigner auprès des MSP, services des Impôts et des caisses de retraites et complémentaires.

Glossaire

APA : Allocation Personnalisée pour l'Autonomie
CCAS : Centre Communal d'Action Sociale
CLIC : Centre Local d'Information et de Coordination
CNSA : Caisse Nationale Solidarité Autonomie
CRT : Centre de Ressources Territoriales
DAC : Dispositif d'Appui et de Coordination
EHPAD : Établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes
MSP : Maison Sociale de Proximité
SSIAD : Services de Soins Infirmiers à Domicile

Document créé dans le cadre d'une thèse encadrée par
le Département de Médecine Générale
Faculté de Médecine Montpellier Nîmes

En collaboration avec le Pôle Alzheimer
10 rue Vincent d'Indy - PERPIGNAN

Date de création : 06.2023 - mis à jour 07.2025



Département
de Médecine
Générale

Faculté de Médecine
Montpellier-Nîmes

 **PÔLE ALZHEIMER**
Pyrénées-Orientales • Perpignan

avec  **FRANCE
ALZHEIMER**
& MALADIES APPARENTÉES
PYRÉNÉES-ORIENTALES

 **04 68 52 22 22**

www.pole-alzheimer.fr